

SHODH SAMAGAM

ISSN : 2581-6918 (Online), 2582-1792 (PRINT)



स्नातक स्तर के छात्र-छात्राओं में प्रतिबल स्तर एवं जीवन की गुणवत्ता का तुलनात्मक अध्ययन

जाफर अली, (Ph.D.), मनोविज्ञान विभाग,
जी. डी. कॉलेज, बेगूसराय, बिहार, भारत

ORIGINAL ARTICLE



Corresponding Author

जाफर अली, (Ph.D.), मनोविज्ञान विभाग,
जी. डी. कॉलेज, बेगूसराय, बिहार, भारत

shodhsamagam1@gmail.com

Received on : 05/10/2020

Revised on : -----

Accepted on : 12/10/2020

Plagiarism : 04% on 05/10/2020



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 4%

Date: Monday, October 05, 2020

Statistics: 65 words Plagiarized / 1749 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

Lukrd Lrj ds Nk=&Nk=kvksa esa izfrcy Lrj ,oa thou dh xq.koRrk dk rayukRed v/;u Ljka'k izLqqr v/;u ds vUrxZr Lukrd Lrj ds Nk=&Nk=kvksa esa izfrcy Lrj ,o thou dh xq.koRrk dk rayukRed v/;u fd;k Xk;k gSA bl v/;u esa izfrnZ'k p;u ds fy, mjs'jld izfof/k lsa 75 Nk=ksa rFkk 75 Nk=kvksa dks p;fur fd;k x;kA izfrcy ekiu gsrq ,0 ds0 flag jkjk fufeZr flag O;Dnxr izfrcy vuqglwph ,o thou dh xq.koRrk d' ekiu gsrq ,ElhCE ekSMfby, oekZ ,oa dkSj jkjk fufeZr thou dh xq.koRrk ekiuh dk iz;'x fd;k x;kA izkLr ifj.kke ls ????? gqvkd fd

शोध सार

प्रस्तुत अध्ययन के अन्तर्गत स्नातक स्तर के छात्र-छात्राओं में प्रतिबल स्तर एवं जीवन की गुणवत्ता का तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। इस अध्ययन में प्रतिदर्श चयन के लिए उद्देश्यपरक प्रविधि से 75 छात्रों तथा 75 छात्राओं को चयनित किया गया। प्रतिबल मापन हेतु ए0 के0 सिंह द्वारा निर्मित सिंह व्यक्तिगत प्रतिबल अनुसूची एवं जीवन की गुणवत्ता के मापन हेतु ए०सी० मौडगिल, वर्मा एवं कौर द्वारा निर्मित जीवन की गुणवत्ता मापनी का प्रयोग किया गया। प्राप्त परिणाम से ज्ञात हुआ कि छात्र-छात्राओं के प्रतिबल स्तर एवं जीवन की गुणवत्ता में सार्थक अन्तर होता है।

मुख्य शब्द

छात्र-छात्राएँ, अध्ययन, प्रतिबल, गुणवत्ता।

प्रस्तावना

प्रतिबल दैनिक जीवन का एक सामान्य कारक है। हम सभी अपने जीवन में कुछ न कुछ मात्रा में प्रतिबल का अनुभव अवश्य करते हैं। H. Selye (1979) के अनुसार, "प्रतिबल से तात्पर्य शरीर द्वारा आवश्यकतानुसार किये गये अविशिष्ट अनुक्रियाओं से होता है।" J.C. Coleman (1981) के अनुसार, "कोई भी परिस्थिति जो व्यक्ति पर दबाव डालती है जिसके कारण व्यक्ति को समायोजन करना पड़ता है, यही प्रतिबल है। Malott Wheley (1983) के अनुसार, "प्रतिबल एक ऐसी अवस्था है जो दैहिक जीवन के तहस-नहस के आगे या परे उत्तक रक्षण का कार्य करता है।" लैजारस एवं फोल्कमैन, टेलर आदि के विचारों को संचित करते हुये मार्गन, किंग, विस्ज एवं स्कोपलर (1986) ने तनाव का एक उत्तम परिभाषा इस प्रकार दिया है : "हम लोग तनाव को एक

आन्तरिक अवस्था के रूप में परिभाषित करते हैं जो शरीर के दैहिक माँगो या वैसे पर्यावरणीय, अनियंत्रण योग्य तथा निपटने में मौजूद साधनों को चुनौती देने वाला के रूप में मूल्यांकित किया जाता है, से उत्पन्न होता है।" उपर्युक्त परिभाषा से स्पष्ट है कि प्रतिबल एक तरह की जटिल मानसिक प्रक्रिया है जो व्यक्ति के व्यवहार पर दबाव डालती है।

बेंकेटमल (1998) ने अपने अध्ययन में 58 पुरुष एवं स्त्री के तनाव का मूल्यांकन कर स्पष्ट किया कि पुरुष एवं स्त्री समूह के प्रयोज्यों के तनाव की प्रकृति में सार्थक रूप से अन्तर पाया जाता है। डेब्रो बैडटीन (2003) ने अपने तुलनात्मक अध्ययन में शिक्षित एवं अशिक्षित प्रयोज्यों में तनाव का विश्लेषण कर बतलाया कि शिक्षित प्रयोज्यों में अपेक्षाकृत उच्च तनाव की प्रकृति पायी गयी, अशिक्षित प्रयोज्यों की तुलना में। डेविड (2001) ने अपने अध्ययन में पाया कि उच्च प्रतिबलित स्त्रियाँ अधिक कुसमायोजित होती हैं, तथा यह भी स्पष्ट किया है कि तनाव व्यक्ति के लिंग से भी प्रभावित होता है। पाउल जेम्स (2004) ने अपने अध्ययन में सम्मिलित 11 से 20 वर्ष के 1012 छात्रों एवं 1493 छात्राओं के लैंगिक भिन्नता एवं आयु के प्रभाव के अध्ययन द्वारा स्पष्ट किया कि लड़के अपेक्षाकृत तीव्र तनाव से ग्रसित पाये गये लड़कियों की तुलना में। फ्रेंक इलगर (2006) ने अपने अध्ययन द्वारा यह स्पष्ट किया कि मुस्लिम पुरुषों की तुलना में हिन्दू पुरुष कम प्रतिबल की अनुभूति करते हैं तथा इनमें द्वन्द्व की स्थिति भी अपेक्षाकृत कम दिखलायी पड़ती है।

जीवन की गुणवत्ता

व्यक्ति के जीवन में सुख-दुख का अनुभव प्रायः समान रूप से रहता है अर्थात् किसी परिस्थिति में कोई व्यक्ति ज्यादा सुखी होता है तो कोई व्यक्ति क्षणिक सुख का अनुभव करता है। जीवन की गुणवत्ता से हमारा तात्पर्य व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य, शारीरिक स्वास्थ्य एवं आर्थिक स्वास्थ्य के स्तर से होता है। जो व्यक्ति के जीने रहन-सहन और ज्ञान के स्तर को दर्शाता है। कोई व्यक्ति सफलता के करीब पहुँच कर भी उस लक्ष्य को अर्जित नहीं कर पाता है तो उसके जीवन पर नकारात्मक प्रभाव पड़ने लगता है। इसके विपरीत जो व्यक्ति जीवन के लक्ष्य को सफलतापूर्वक अर्जित कर लेता है तो उसके जीवन की गुणवत्ता का स्तर अच्छा माना जाता है। समाज में कई तरह के लोग निवास करते हैं प्रत्येक व्यक्ति लक्ष्य को आसानी एवं सरलतापूर्वक अर्जित नहीं कर पाते हैं। जिससे इनका जीवन निराशा, चिन्ताजनक एवं निम्न स्तर का होता है। 25 प्रतिशत लोग उच्च स्तर का जीवन-यापन करते हैं। इनके जीवन में प्रसन्नता, संतुष्टि और आशावादिता पायी जाती है। इससे इनका मनोबल भी ऊँचा रहता है। ये समाज में रहकर समाज की प्रतिक्रिया से लोगो को लाभान्वित करते हैं। सभी व्यक्ति अपने जीवनकाल में अपने जीवन को सुखी आशावान एवं उच्च मनोबल को दर्शाता है। यही जीवन की गुणवत्ता है।

जीवन की गुणवत्ता को अनेक मनोविज्ञानिकों ने अपने अपने ढंग से परिभाषित किया है। Verma (1986) के अनुसार कोई भी व्यक्ति इस समाज में रहकर प्राप्त किये गये स्तर को ग्रहण करता है और लक्ष्य प्राप्त करने पर उसे प्रसन्नता व संतुष्टि का भाव होता है। इसके साथ ही साथ वह इस समाज को इससे लाभ पहुँचाता है यही जीवन की गुणवत्ता है।

WHO quality of life group (1996) ने, 'अपने शोध में स्पष्ट करते हुये बताया है कि जीवन की गुणवत्ता से हमारा तात्पर्य व्यक्ति द्वारा समाज में रहकर संस्कृति एवं समाज को संगठित कर जीवन में लक्ष्य प्राप्त कर उससे जुड़ी प्रत्याशा को प्राप्त करना ताकि वे भविष्य में किसी चीज को देखकर गम्भीर रहें एवं सम्बंधों को व्यक्तिगत रूप से प्रयत्न करे। इससे यह स्पष्ट है कि समाज में वह किस तरह का स्थान प्राप्त करेगा एवं उसकी संतुष्टि का स्तर किस स्तर का होगा। कैनवेल एवं अन्य (1970) ने अपने अध्ययन द्वारा स्पष्ट करते हुए कहा है कि व्यक्ति अपने जीवन में शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक वातावरण में किये गये कार्यों से संतुष्टि एवं खुशी का अनुभव कर अपने जीवन की जटिल परिस्थितियों (स्वास्थ्य, विवाह, परिवार, कार्य क्षेत्र, शिक्षा) के क्षेत्र में उपस्थित चुनौती को स्वयं के विचार एवं मनोभाव में कैसे एक से दुसरे को जोड़कर जीवन यापन करता है।

बारेट एवं अन्य (1979) ने अपने अध्ययन में प्रतिबल एवं जीवन की गुणवत्ता का मूल्यांकन उनके चिन्ता, सामाजिक परिस्थिति, आत्म-स्थिति से स्पष्ट किया कि व्यक्ति में सामाजिक परिस्थिति जीवन गुणवत्ता से धनात्मक रूप से तथा प्रतिबल नाकारात्मक रूप से संबंधित है। रोह डी0 हे0 (1995) ने अपने अध्ययन में शामिल 205 (HIV) ग्रसित व्यक्ति के प्रतिबल, आत्मप्रत्याशा एवं जीवन गुणवत्ता के विश्लेषण से पाया कि व्यक्ति की बीमारी उनके प्रतिबल एवं जीवन गुणवत्ता से संबंधित है। परिणाम स्वरूप व्यक्ति की जीवन गुणवत्ता प्रभावित होती है। बेथ एवं राबिन (2004) ने अपने अध्ययन में सम्मिलित (स्पेनिश एवं अंग्रेजी स्पेनिश) प्रयोज्यों में पारिवारिक सहयोग एवं उनके जीवन की गुणवत्ता का विश्लेषण कर स्पष्ट किया कि सहयोग प्राप्त कैंसर रोगियों में उच्च स्तर की जीवन गुणवत्ता पायी गयी तुलनात्मक रूप से असहयोग प्राप्त रोगियों के। जेम्स एफ0 रोमना (2004) ने अपने अध्ययन में शामिल हृदय रोगियों के प्रतिबल एवं जीवन गुणवत्ता का विश्लेषण कर स्पष्ट किया कि रोगियों में उत्पन्न प्रतिबल व्यक्ति के जीवन गुणवत्ता के नाकारात्मक सहसंबंध को स्पष्ट करता है। फ्यूंग (2005) ने अपने प्रतिनिधियात्मक अध्ययन में 1220 ताइवान एवं 1044 हांगकांग प्रयोज्यों का चयन कर स्पष्ट किया कि व्यक्ति का सांस्कृतिक आधार जीवन की गुणवत्ता से धनात्मक रूप से सहसंबंधित है।

इस प्रकार प्रतिबल स्तर एवं जीवन की गुणवत्ता के संदर्भ में अनेकों अध्ययन किए गए हैं, लेकिन इन परिणामों में भिन्नता दिखाई पड़ती है, इसलिये ठोस अध्ययन पद्धति अपनाते हुए स्नातक स्तर के छात्र एवं छात्राओं के प्रतिबल स्तर एवं जीवन की गुणवत्ता का तुलनात्मक अध्ययन कर वास्तविक रूप प्रस्तुत किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन के द्वारा यह जानने का प्रयास किया गया है कि वास्तव में छात्र एवं छात्राओं के प्रतिबल स्तर एवं जीवन की गुणवत्ता में भिन्नता होती है या नहीं।

उद्देश्य

प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य स्नातक स्तर के छात्र-छात्राओं में प्रतिबल स्तर एवं जीवन की गुणवत्ता का तुलनात्मक अध्ययन करना है।

परिकल्पना

प्रस्तुत अध्ययन के लिए निम्न परिकल्पनाएँ बनयी गयी हैं :

1. स्नातक स्तर के छात्र एवं छात्राओं में प्रतिबल स्तर सार्थक अन्तर पाया जायेगा।
2. छात्र एवं छात्राओं के जीवन की गुणवत्ता में सार्थक अन्तर पाया जायेगा।

विधि

प्रतिदर्श : अध्ययन के उद्देश्य की पूर्ति हेतु वाराणसी जनपद के स्नातक स्तर के 75 छात्रों तथा 75 छात्राओं का चयन उद्देश्यपरक प्रविधि से किया गया जिनकी आयु 18 से 22 वर्ष के बीच थी।

परीक्षण सामाग्री : प्रस्तुत अध्ययन में प्रतिबल मापन हेतु ए0 के0 सिंह द्वारा निर्मित सिंह व्यक्तिगत प्रतिबल अनुसूची व जीवन की गुणवत्ता के मापन हेतु ए०सी० मौडगिल ए वर्मा एवं कौर द्वारा निर्मित जीवन की गुणवत्ता मापनी का प्रयोग किया गया।

तलिका 1 : परिणाम एवं व्याख्या

प्रतिबल	संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रामाणिक विचलन(S.D.)	t- Value
छात्रों	75	63.29	4.44	15.44
छात्राओं	75	72.26	2.36	

(स्रोत : प्राथमिक समंक)

तलिका संख्या 1 के अवलोकन से यह स्पष्ट है कि प्रतिबल मापनी पर हिन्दू छात्रों का मध्यमान अंक (M = 63.29) एवं प्रामाणिक विचलन (SD = 4.44) तथा जबकि मुस्लिम छात्रों का मध्यमान अंक (M = 72.26) तथा प्रामाणिक विचलन (SD = 2.36) प्राप्त हुआ। दोनो समूहों के मध्यमानों के मध्य अन्तर की सार्थकता परीक्षण

सांख्यिकीय के 'टी' परीक्षण द्वारा किया गया। प्राप्त 'टी' मूल्य 15.44 विश्वसनीयता के 0.01 स्तर पर सार्थक पाया गया है। उपरोक्त परिणाम से यह स्पष्ट होता है कि स्नातक छात्र एवं छात्राओं के प्रतिबल स्तर में प्रयाप्त भिन्नता होती है। निर्धारित शोध परिकल्पना स्वीकृत पायी गयी। अतः यह स्पष्ट कहा जा सकता है कि प्रतिबल चर पर लिंग का प्रभाव पड़ता है। छात्र-छात्राओं के तनाव एवं तनाव के प्रति समायोजन व कौपिंग व्यवहार में सार्थक रूप से अन्तर पाया जाता है। यह अन्तर उनके सामाजिक कारक पर निर्भर करता है।

तलिका 2

जीवन की गुणवत्ता	संख्या (N)	मध्यमान (M)	प्रामाणिक विचलन(S.D.)	t- Value
छात्रों	75	92.68	7.22	5.71
छात्राओं	75	90.06	5.92	

(स्रोत : प्राथमिक समंक)

तलिका संख्या 1 के अवलोकन से यह स्पष्ट है कि जीवन की गुणवत्ता मापनी पर छात्रों का मध्यमान अंक (M = 92.68) एव प्रामाणिक विचलन (SD = 7.22) तथा जबकि छात्राओं का मध्यमान अंक (M = 90.06) तथा प्रामाणिक विचलन (SD = 5.92) प्राप्त हुआ। दोनो समूहो के मध्यमानों के मध्य अन्तर की सार्थकता परीक्षण सांख्यिकीय के 'टी' परीक्षण द्वारा किया गया। प्राप्त 'टी' मूल्य 5.71 विश्वसनीयता के 0.01 स्तर पर सार्थक पाया गया है। परिणाम से यह स्पष्ट होता है कि छात्र एवं छात्राओं के जीवन की गुणवत्ता स्तर में प्रयाप्त भिन्नता होती है। निर्धारित शोध परिकल्पना स्वीकृत पायी गयी। स्पष्ट है कि लिंग कारक पर छात्रों का मध्यमान प्राप्तांक छात्राओं की अपेक्षा उच्च है। अतः यह स्पष्ट कहा जा सकता है कि जीवन की गुणवत्ता चर पर लिंग का प्रभाव पड़ता है।

निष्कर्ष

कोई भी व्यक्ति इस समाज में रहकर प्राप्त किये गये स्तर को ग्रहण करता है और लक्ष्य प्राप्त करने पर उसे प्रसन्नता व संतुष्टि का भाव होता है। इसके साथ ही साथ वह इस समाज को इससे लाभ पहुँचाता है। शिक्षा व्यक्ति को सामाजिक, राजनीतिक तथा आर्थिक प्रक्रियाओं को समझने की शक्ति देती है एवं उसके अनुरूप स्वयं के स्थापन में सहायक होती है जिससे व्यक्ति जीवन के लक्ष्य को सफलतापूर्वक अर्जित कर लेता है तो उसके जीवन की गुणवत्ता का स्तर अच्छा माना जाता है। परिणाम से भी यह स्पष्ट है कि छात्राओं की अपेक्षा छात्रों में निहित जीवन की गुणवत्ता का स्तर अधिक होता है। पूर्व अध्ययनो से प्राप्त परिणाम से भी इस बात की पुष्टि होती है।

सन्दर्भ-सूची

1. Campbell, A., Converse, P. E., & Rogers, W. L. (1976). *The Quality of American Life*. New York: Russell Sage Foundation .
2. Cayne, J. Ajdwin, C., & Lazarus; R. S., (1981): depression and coping in a stressful episode. *Journal of abnormal Psychology* 90, 439-447.
3. Day. A. L. & Livingstone. H. A. (2013). Gender differences in perceptions of stressors and utilization of social support among university students. *Canadian Journal of Behavioral science*, 35, 73-83.
4. Everly, G. S., & Lating J. M. (2002). *A Clinical guide to the treatment of the human stress response*. (2nd Eds.). New York: Plenum Publishers.
5. Fontaana, D., & Abouserie, R, (1993). Stress levels, gender and personality factors in teachers' *British Journal of Educational*.

6. Lazarous, R. S. (1996). Psychological stress and the coping process. New York : McGraw-Hill.
7. Matheney, K. B., Ashby, J. S., & Cupp, P. (2005). Gender difference in stress, coping, and illness among college students. *The Journal of Individual Psychology*, 61, 365-379.
8. Matual, M., (2004). Gender difference in stress, and coping styles. *Personality & Individual Differences*, 37, 1404- 1415.
9. National Community Health Care Conference (1982). Quality of life scale: (Community outlook). University of Manchester-Institute of Science and Technology.
10. Matheney, K. B., Ashby, J. S., & Cupp, P. (2005). Gender difference in stress, coping, and illness among college students. *The Journal of Individual Psychology*, 61, 365-379.
11. Selye, H. (1976). *The stress of life* (revised ed.)New York: McGraw Hill.
12. Selye, H.,(1974) :stress without Distress. Horper and Row publication, U.S.A.
13. Sharma, S. D. (1985). Poverty, health and quality of life: Presential Address. 37th Annual conference of Indian Psychiatric Society. Vishakhapatnam.
14. Tamiliton S., & Fagot, B. (1988). Chronic stress and coping styles: a comparison of male and female undergraduates. *Journal of Personality and social Psychology*,55, 819-823.
15. Tamres, L. K., Janicki, D. & Helgeson, V. S. (2002). Sex difference in coping behaviour: A meta-analytic review and examination of relative cxoping. *Personality And Social Psychology Review*,6, 2-30.
16. Verma, S. K. (1986). Identifying indicators of quality of family life. International Conference: Health Policy, Ethics and Human Values. New Delhi.
17. Verma, S. K., & Verma, A. (1989). *Manual for P.G.I. General Well-being measure*. Lucknow: Ankur Psychological Agency.
